DIN PROBLEMELE FOTBALULUI MODERN

PREGĂTIREA TINERELOR TALENTE ÎN SPIRITUL PERFORMANȚEI

Preocupați îndeosebi de rezultatele și calificările anuale, din păcate, în ultimul timp s-a pierdut din vedere o problemă de ordin esențial: **selecția și pregătirea cadrelor tinere.**

Iată de ce, vom încerca, în rîndurile de față, să subliniem stringenta necesitate a unei schimbări de optică în această problemă vitală pentru viitorul fotbalului nostru și o vom face pornind de la următoarele aspecte verificabile: **• numărul restrins al tinerilor jucători valoroși — cu potențial superior — succesorii componenților actuali ai echipelor divizionare și ai lotului național; • dezvoltarea și pregătirea unilaterală — sau incompletă — a elementelor tinere lansate în ultimul timp în primul eșalon, care manifestă pronunțate diferențieri între disponibilitățile fizice și cele tehnico-tactice, raportate la cerințele fotbalului actual; • situația bazei tehnico-materiale și a orientării metodice în care se desfășoară la secții procesul de formare a viitorilor jucători de performanță, sub nivelul exigențelor pregătirii și jocului modern.**

Pentru deplina înțelegere a celor arătate mai sus, precizăm că, prima și cea mai pregnantă deficiență constă tocmai în modul în care se privesc și se creează la noi premisele victoriilor de mîine. Este adevărat că măsurile și eforturile ultimilor ani s-au soldat cu unele realizări stimulatorii pentru lărgirea și îmbunătățirea ariei de selecție și pregătire a tinerilor fotbaliști, **prin reglementarea colaborării dintre MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI ÎNVĂȚĂMÎNTULUI și F.R. FOTBAL — în urma căreia s-au înființat unele școli și licee cu profil — prin mărirea numărului centrelor de copii și juniori subvenționate, revenirea la un campionat republican de juniori îmbunătățit valoric, consolidarea tehnico-organizatorică a echipelor de tineret, editarea unor cărți cu conținut specific muncii cu copii și juniorii ș.a.** Dar să nu uităm că asemenea măsuri pot să devină ineficiente, din cauza unei insuficiente înțelegeri a sensului acestora.

În ideea celor expuse pînă aici, credem că nu greșim dacă subliniem **neconcordanța dintre obiectivele de performanță, actuale și în perspectivă, ale unor vechi cluburi și asociații cu secții de fotbal fruntașe — pentru realizarea cărora se creează condiții optime — și preocuparea lor pentru condițiile generale în care se desfășoară procesul instructiv-educativ al tinerilor jucători.** Neinsistînd asupra unor stări de lucruri prea bine cunoscute, dorim doar a menționa faptul că multe dintre puternicile noastre cluburi și asociații, foste, actuale sau viitoare divizionare „A" și chiar campioane — **nu au terenuri corespunzătoare, modern utilate și afectate integral pregătirii copiilor și juniorilor** (U.T.A., DINAMO, „U" CLUJ, RAPID, JIUL, FARUL ș.a.), iar **interesul pentru conținutul procesului de selecție și pregătire desfășurat cu aceștia se manifestă sporadic și de la distanță.**

Bazîndu-ne pe aceste realități și știind că, pentru consolidarea actualei poziții și continuarea ascensiunii noastre în ierarhia fotbalului european și mondial, **trebuie să dispunem de jucători valoroși, dotați și multilateral pregătiți în spiritul jocului modern:** TEHNIC—ATLETIC — RAȚIONAL, părerea noastră este că, **realizarea acestui deziderat depinde în mare măsură și de modul cum se tratează această problemă, a cărei importanță — pentru perspectiva fotbalului românesc — ar trebui să declanșeze aceleași energii și interese ce se acordă obținerii performanțelor de astăzi.**

Cunoscîndu-se însemnătatea procesului de selecție, instruire și educație de-a lungul perioadei de formare a jucătorilor de fotbal în definitivarea fondului de acumulări ce trebuie realizat încă din această perioadă, apare ca nefiresc locul minor acordat acestor probleme în cadrul preocupărilor cotidiene ale cluburilor, asociațiilor și secțiilor de fotbal și chiar în cadrul acțiunilor periodice întreprinse de F.R.F.

Pornind de la faptul că, în foarte puține secții, activitatea antrenorilor de copii și juniori se desfășoară sub îndrumarea și controlul direct și nemijlocit al celor de seniori — corespunzător intereselor imediate și în perspectivă ale acestora — constatăm că însuși organul central dovedește o insuficientă preocupare pentru asigurarea concordanței dintre procesul de formare a tinerilor jucători — **selecție, instruire, educare — și cerințele jocului modern.**

Lipsiți de sarcini, îndrumări și stimulări concrete, este firesc ca majoritatea antrenorilor din centre sau necentre să lucreze inspirativ, cu pronunțate „goluri" în pregătirea individuală a copiilor și juniorilor talentați, care, ajunși la promovare, se dovedesc incomplet dezvoltați sau instruiți, și aceasta cu atît mai mult cu cît verificarea, cunoașterea sau recunoașterea calității muncii efectuate de antrenori se face sporadic, în principal prin locul ocupat de echipă în clasamentul respectivei competiții, după numărul jucătorilor promovați și mai puțin după calitatea produsului dat.

Astfel, cunoscîndu-se că, în principiu, orice muncă de creație — în artă sau industrie — se desfășoară pe baza unei „imagini" cît mai concrete asupra produsului finit, credem că și în cazul nostru, nu ar constitui nici o greutate ca fiecare antrenor de juniori să aibă anexat la fișa individuală a celor mai talentate elemente din grupă, **profilul general — transpus în date biometrice și indici valorici specifici — a omonimilor lor de post din echipa de seniori — ca ghid de bază în stabilirea direcției și conținutului procesului de pregătire, urmărire și apreciere obiectivă a dezvoltării acestor elemente.** Lucru simplu la prima vedere, dar posibil de realizat numai prin „aportul" celor care trebuie să pună la îndemîna antrenorilor de copii și juniori parametrii concreți ai unor valori autohtone sau străine, de nivel național, european sau mondial.

Referindu-se la modernizarea pregătirii tinerilor jucători pe linia noilor cerințe ale obiectivizării, optimizării și modelării antrenamentelor, opinăm că se face prea puțin pentru ca antrenorii de juniori să folosească, în deplină cunoștință de cauză și cu responsabilitate, metodele și mijloacele proprii particularităților de vîrstă, gradului de dezvoltare și pregătire specifică, condițiilor de mediu, de refacere și fortificare, în totală concordanță cu spiritul pregătirii și jocului modern.

Este o cauză care generează „consolidarea" unor carențe ce se transferă odată cu promovarea juniorilor în echipa de seniori, ducînd la abundența momentelor statice, execuțiilor tehnice suplimentare, rupte de cerința momentului tactic — frîne ale cursivității, vitezei de joc și finalizărilor eficiente — pierderi celor mai multe angajări în lupta pentru minge, (chiar cînd acestea sînt hotărîte și regulamentare) ș.a.

Făcînd o comparație între cele de mai sus, cu insistențele ce se depun pentru asigurarea unei pregătiri metodico-științifice la nivelul de seniori, credem că, în perspectivă, munca cu aceștia ar fi mult ușurată:

• Dacă relațiile conducerilor de cluburi, asociații, secții și a F.R.F. cu antrenorii acestora ar fi mai dense, mai directe și mai concrete. Relații în ambele sensuri, prin care ar circula, pe de o parte, sarcinile și datele necesare cunoașterii și folosirii noutăților metodice în pregătirea cadrelor de viitor și s-ar raporta periodic, pe de altă parte, rezultatele aplicării lor, asupra celor mai talentați dintre tinerii fotbaliști;

• Dacă — pentru obținerea datelor exacte, privind pregătirea timpurile din țările cu fotbal avansat, inclusiv a indicilor de dezvoltare a calităților de bază și specifice, la diferite grupe de vîrstă — ar fi angrenați, obligatoriu, și antrenorii de seniori trimiși anual în aceste țări, pentru studiu și documentare.

• Dacă printr-o reglementare mai realistă a problemei transferărilor, s-au stimula preocuparea pentru creșterea de jucători în cadrul unor asociații mici.

• Dacă, spre evitarea pierderii talentelor în anonimatul echipelor de categorii inferioare și a promovărilor întîmplătoare, s-ar face anual o estimare centralizată a juniorilor nominalizați, ajunși la limita de vîrstă, în prezența cluburilor și a asociațiilor interesate.

• Dacă ne-am gîndi în orice moment că, așa cum îi creștem pe juniorii de astăzi, așa îi vom avea pe seniorii de mîine.

★

Concluzionînd cele expuse mai sus, ținem să subliniem faptul că, oricît de mari ar fi satisfacțiile unor rezultate imediate, aspirațiile la îmbunătățirea în perspectivă a acestora sînt justificate numai prin aprecierea realistă a raportului de forțe prezent. Situație din care se desprinde obligația tuturor factorilor responsabili de progresul fotbalului nostru, de a-și îndrepta atenția și spre selecția și instruirea foarte talentaților noștri copii și juniori, în spiritul pregătirii și jocului modern.

ION BĂLĂNESCU
antrenor

DIN PROBLEMELE FOTBALULUI

SFATURILE ANTRENORULUI MARTON BUKOVI, ADRESATE TINERILOR TEHNICIENI

1. Antrenorii să nu cadă dintr-o extremă în alta în privința dezvoltării anumitor factori sau calități ca: forța (R.F.G.), viteza (Anglia), tehnica (Brazilia), tactica (Italia), ci să urmărească cu elementele de joc să fie îmbinate armonios în jocul echipelor lor.

2. Să formeze jucători care să știe să gîndească.

3. Indicațiile tactice să fie prelucrate teoretic și pregătite practic.

4. Repetarea situațiilor (combinațiilor) asemănătoare jocului, să aibă o pondere mare în antrenament.

5. Antrenamentele să fie cît mai variate prin introducerea elementelor impuse, ca de exemplu: șuturi la poartă din orice poziție la semnal auditiv.

6. Antrenorul nu trebuie să fie un tiran care dă ordine și porunci, ci prin felul său de a fi, trebuie să convingă jucătorii de justețea acțiunilor sale.

(După „Labdarugas)

● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

CONDIȚIA ANTRENORULUI

• Să fie, în același timp, un șef, un conducător, un organizator al muncii, un profesor, un confident, un prieten;

• Posibilitățile și calitățile antrenorului se vor „transfera" la fotbaliști numai dacă vor fi percepute de aceștia în mod emotiv;

• Antrenorul trebuie să aibă funcții executive, reprezentative și disciplinare;

• Antrenorul trebuie să constituie întotdeauna un exemplu pentru fotbaliști. Vai de antrenorul care pierde stima jucătorilor!;

• Raporturile ideale între antrenori și jucători ar trebui să fie: încrederea, simpatia, admirația;

• Există fotbaliști voluntari, dinamici, impetuoși, alții timizi, nesiguri, neîncrezători în sine. Antrenorul, cunoscîndu-și „caii", trebuie să știe cum să tragă sau să nu tragă de hățuri, să excite sau să tempereze.

ALBERTO ASCIONI — Italia
(După „L'equipe")

DIN PROBLEMELE FOTBALULUI MODERN

UN PAS MAI RAPID

Atletul **Armin Hary** și fostul jucător al echipei Real Madrid, **Gento**, sînt de-acum figuri aproape legendare în privința vitezei; unul a fost sprinter, iar celălalt atacant-aripă. Trebuie amintiți însă și sportivi ca **Maspas** și **Gaiardoni**, sprinteri cicliști deci, care pot alerga ultimii 200 m, în 11 sec. Dacă se lărgește noțiunea de viteză adăugînd-o pe cea de reacție, atunci devine clar ce se înțelege prin aceasta.

Prin viteză se înțelege capacitatea de a se mișca cel mai repede, de a crea o mare accelerație și menținerea acestei accelerații. Viteza de reacție este capacitatea de coordonare a sistemului muscular și a celui nervos.

Antrenamentul deosebește viteza de bază (ca fiind tocmai reacția rapidă a sistemelor nervoase și mușchiulare) de viteza de start, reacție.

La antrenamentul pentru îmbunătățirea vitezei de bază se va îmbunătăți viteza și nu rezistența.

Se vor observa în mod deosebit următoarele:

1. Distanța pe care se face antrenamentul, trebuie acoperită fără încetinirea vitezei de pornire.

2. Durata sprintului uniform trebuie să fie pe cît posibil egală.

3. Dacă tempo-ul scade, se va întrerupe, deoarece astfel va crește rezistența și nu viteza.

4. În timpul pauzelor se va observa neapărat odihna completă.

De asemenea, dăm și unele recomandări pentru menținerea și depășirea vitezei maxime. Deoarece aceste „îndemnuri" se adresează în special antrenorilor de tineret, trebuie amintite și următoarele constatări din punct de vedere medical:

De-abia din cel de al 12-lea pînă la al 13-lea an al vîrstei are sens antrenamentul de viteză la băieți, de-abia la vîrsta de 13 ani va trebui să se înceapă cu antrenamentul special, nedepășindu-se totuși pînă la vîrsta de 15 ani, 20% din antrenamentul de bază. Atingerea și menținerea unei înalte rapidități de mișcare depind în principal de gradul de coordonare a mișcării.

Jocurile pentru îmbunătățirea bazelor randamentului fizic sînt în general jocurile în sală. Pe drept, acestea au fost denumite „jocuri mici" deoarece în general cîmpul de joc nu este prea mare. Dacă dorim să îmbunătățim viteza de start și viteza pasului (de deplasare), atunci locul cel mai potrivit este tocmai terenul mic de joc. La tineret, mai ales, se va observa ca totuși cîmpul de joc să fie pe cît posibil mai mare, deci totdeauna să se folosească pentru joc întreaga sală.

Recomandări pentru menținerea și depășirea vitezei maxime

1. Efectuarea mișcărilor în viteză maximă în mod conștient. Condițiile sînt: o concentrare mare și deosebite calități morale și de voință.

2. De o foarte mare importanță pentru depășirea vitezei maxime este executarea mișcărilor în condiții ușurate.

3. Printre alte mijloace, se vor folosi și: alergări pe distanțe scurte cu handicap, săritura în lungime peste o ștachetă așezată aproape de distanța-record, alergări în hipoxie (cu toracele blocat).

4. Stabilirea noului nivel de viteză maximă necesită lucru intens timp de 3—4 luni.

5. Înainte de a se trece la dezvoltarea vitezei, este necesară atingerea unui anumit nivel de dezvoltare a rezistenței.

6. Jucătorul a cărui viteză scade, va fi scos imediat din teren.

7. Se vor face schimbări foarte dese. Timpul de refacere trebuie să fie de cel puțin 2—3 minute, respirația trebuie să fie din nou complet normală, să existe senzația subiectivă a unei recreări suficiente.

Prof. H.-D. KREIDLER — R.F.G.
(După revista „Kicker" — 1972)